

## Stark gegen Rückenschmerz – Gemeinsam mit der SDK



SDK

© SDK - Unternehmensgruppe

**Seit Februar 2018 haben Vollversicherte der SDK eine ganz neue Möglichkeit, etwas gegen ihre Rückenschmerzen zu unternehmen. Im Rahmen eines Betreuungsprogramms „Schmerztherapie“ helfen geschulte Coaches in Kombination mit digitalen Anwendungen dabei, Ursachen auf die Spur zu kommen und individuelle Lösungen zu finden.**

Beinahe jeder dritte deutsche Erwachsene hat laut der Statista GmbH öfter oder ständig Rückenbeschwerden. Die Süddeutsche Krankenversicherung a. G. (SDK) hat für ihre Vollversicherten nun ein Programm im Angebot, das Abhilfe schaffen soll. Kostenfrei, freiwillig und einfach zugänglich – diese Punkte waren der SDK bei dem Gesundheitsprogramm gegen Rückenschmerz besonders wichtig.

Betroffene werden von der SDK aktiv angeschrieben oder können sich auf der Webseite der SDK zum Gesundheitsprogramm gegen Rückenschmerz informieren und auch von sich aus ihr Interesse an der Programmteilnahme mitteilen ([www.sdk.de](http://www.sdk.de)). Kontaktiert werden die Interessierten dann als Nächstes von einem persönlichen Coach der CareLutions GmbH. Dieses 2017 von der SDK, der ViaMed GmbH und der Debeka gegründete Unternehmen ist ein innovativer Gesundheitsanbieter, mit dem die SDK auch in Programmen zu anderen Krankheitsbildern zusammenarbeitet. So z.B. bei Diabetes, Herz- und Atemwegserkrankungen oder auch Depressionen.

Im Programm gegen Rückenschmerz geht es los mit einer gründlichen Anamnese, denn gerade bei Rückenschmerz ist die Krankengeschichte meist lang und die Betroffenen haben selbst schon einiges ausprobiert. Ganz individuell unterstützt der CareLutions-Coach dann die Betroffenen dabei, ein Maßnahmenpaket zusammenzustellen, um die persönlichen Ziele zu erreichen. Hierbei schöpft CareLutions aus innovativen digitalen Maßnahmen wie Apps und

Onlinetherapieprogrammen, setzt aber auch klassische Ansätze aus dem Gesundheitswesen ein. Für Patienten ohne physiotherapeutische Versorgung kann z. B. eine ambulante Therapie vor Ort organisiert werden oder sie können ein passendes Online-Therapieprogramm nutzen. Durch die regelmäßige Beratung durch CareLutions-Mitarbeiter wird sichergestellt, dass die Maßnahmen greifen oder ggf. angepasst werden – so lange, wie es erforderlich ist.

Herkömmliche Behandlungen und Methoden der Digitalmedizin mit einer kontinuierlichen Betreuung durch einen persönlichen Coach zu verbinden – genau darauf hat sich die CareLutions GmbH ([www.carelutions.de](http://www.carelutions.de)) spezialisiert. Um für verschiedene Indikationen individualisierte Patientenbetreuung mit Mehrwert anbieten zu können, muss aus einer großen Menge an Maßnahmen geschöpft werden können. Deshalb arbeitet das Unternehmen mit vielen verschiedenen Anbietern im Gesundheitssystem zusammen.



Als digitale Komponente des Gesundheitsprogramms zum Rückenschmerz hat CareLutions z. B. die App „Kaia“ integriert. Ziel der Kaia Health Software GmbH ist es, die von Leitlinien empfohlene multimodale, ganzheitliche Schmerztherapie über den digitalen Weg möglichst vielen Patienten zugänglich zu machen. Aus einer Mischung von Wissensvermittlung, Entspannungs- und Bewegungsübungen stellt die App ein individuelles Programm zusammen. Dieses passt sich im Verlauf, basierend auf dem Feedback des Nutzers zu den Übungen und zum Wohlbefinden, den aktuellen Bedürfnissen und Fortschritten an. Mehr Informationen dazu bietet die Webseite <https://www.kaia-health.com/>.

Mit solchen innovativen digitalen Komponenten wie Kaia und einem spezialisierten Partner wie CareLutions möchte die SDK mit ihren Gesundheitsprogrammen helfen, Versorgungslücken zu überbrücken, Zugangsbarrieren zu überwinden und bewährte Versorgungsstrukturen zu ergänzen.

**Benno Schmeing**, Vorstand bei der SDK für die Bereiche Versicherungstechnik, Betrieb und Kapitalanlage, hierzu: „Wir verstehen uns als Gesundheitsspezialist, der nicht allein Krankenversicherung ist, sondern mit einer Vielzahl an Gesundheitsdienstleistungen und Gesundheitsinformationen den Versicherten hilft, ein Leben lang gesund zu bleiben und gesund zu werden. Die Betreuungsprogramme von CareLutions bieten eine zielgerichtete Hilfestellung, mit der wir die Lebensqualität unserer Mitglieder und Kunden verbessern wollen. Und die Rückmeldungen unserer Mitglieder nach den ersten Monaten zeigen, dass wir auf genau dem richtigen Weg sind.“

#### **Pressekontakt:**

Karin Ebinger  
Telefon: +49 711 7372-4913  
Fax: +49 711 7372-4919  
E-Mail: [Karin.Ebinger@sdk.de](mailto:Karin.Ebinger@sdk.de)

#### **Unternehmen**

SDK - Unternehmensgruppe  
Raiffeisenplatz 5  
70709 Fellbach

Internet: [www.sdk.de](http://www.sdk.de)

#### **Über SDK - Unternehmensgruppe**

Die SDK mit Sitz in Fellbach unterstützt ihre Versicherten dabei, gesund zu bleiben und wieder gesund zu werden. Ein Leben lang, Privatkunden ebenso wie Firmenkunden. Rund 650.000 Mitglieder bauen bei der Gesundheit auf die SDK. Mit knapp 790 Millionen Euro Beitragseinnahmen zählt die SDK zu den 15 größten privaten Krankenversicherern in Deutschland. Die SDK ist Partner der Volks- und Raiffeisenbanken in Süddeutschland. 800 Beschäftigte im Innen- und Außendienst sorgen für leistungsstarke Beratung und unkomplizierte Unterstützung.